

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
ESCOLA DE FILOSOFIA, LETRAS E CIÊNCIAS HUMANAS**

**MICHELE ROCHA CHAVES**

**COZINHA,  
HÁBITOS ALIMENTARES E COMPORTAMENTOS EM COMER BEM/DONA  
BENTA**

**GUARULHOS  
2018**

**MICHELE ROCHA CHAVES**

**COZINHA,  
HÁBITOS ALIMENTARES E COMPORTAMENTOS EM COMER BEM/DONA  
BENTA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado  
como requisito parcial para obtenção do título  
de Bacharel em História  
Universidade Federal de São Paulo  
Área de concentração: História da alimentação  
Orientação: Jaime Rodrigues

**GUARULHOS  
2018**

Chaves, Michele Rocha.

Cozinha , hábitos alimentares e comportamentos em  
Comer Bem/Dona Benta / Michele Rocha Chaves.  
Guarulhos, 2018.

3 f.

Trabalho de conclusão de curso  
(Bacharelado/Licenciatura em História) - Universidade  
Federal de São Paulo, Escola de Filosofia, Letras e  
Ciências Humanas, 2018.

Orientação: Jaime Rodrigues.

1. História da alimentação. 2. Livros de receitas.  
3. Gênero. 4. Século XX. 5. Comportamento. I.  
Orientador. II. Título.

**Michele Rocha Chaves**  
**Cozinha,**  
**hábitos alimentares e comportamentos em Comer Bem/Dona Benta**

Trabalho de conclusão de curso apresentado  
como requisito parcial para obtenção do título  
de Bacharel em História  
Universidade Federal de São Paulo  
Área de concentração: História da alimentação

Aprovação: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

Prof. Dr. Jaime Rodrigues  
Universidade Federal de São Paulo

---

Profa. Dra. Márcia Eckert Miranda  
Universidade Federal de São Paulo

---

Prof. Dr. Alexandre Pianelli Godoy  
Universidade Federal de São Paulo

À todos que caminharam ao meu lado.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a meus pais pela vida sem a qual nada seria possível.

Agradeço aos meus colegas, que durante todos esses anos me ensinaram e permitiram dividir a minha caminhada cheia de tropeços e me aliviaram o fardo rumo à busca de um sonho: Carla Baute, Gustavo Genú, Olívia Yumi, Giovanne Santos, Lorrane Campos, Victor Godoy, Nara Catarina, Marcelo Santos, Ana Mendonça, Liliane Assunção, Alan Viana, Fabrizio Cordeiro e Márcia Silva.

Agradeço ao meu companheiro de todas as horas Tiago Andrade, pelo seu apoio, ajuda e afeto.

Meu muito obrigada ao Centro de Memória e Pesquisa e Histórica (CMPH) da Unifesp, que cedeu seu espaço e documentação quando necessárias pesquisas.

Agradeço à Marcia Eckert Miranda e Alexandre Pianelli Godoy pelas observações contundentes e precisas a respeito do meu trabalho e pelas sugestões de melhoria gentilmente oferecidas.

Agradeço principalmente ao meu orientador, Jaime Rodrigues. Sem todo o seu apoio e compreensão, nenhum pequeno parágrafo poderia ter sido escrito. Sua confiança foi fundamental nesse processo.

“Então, em quem confiávamos antes de os cientistas (e, por sua vez, os governos, as organizações de saúde pública e os marqueteiros da alimentação) começarem a nos dizer como comer? Confiávamos, é claro, em nossas mães, em nossas avós e em antepassados mais distantes, o que é outra maneira de dizer: confiávamos na tradição e na cultura. ”

Michael Pollan

## RESUMO

Partindo da análise de exemplares da obra *Comer Bem: Dona Benta* das décadas de 1940, 1960, 1990 e 2010, com o auxílio de documentos da CIA Editora Nacional, refletimos sobre o papel do livro de receitas no universo feminino ao qual era dirigido, sobre qual o papel da mulher e como o livro difunde ideais de mulher que vão para além do elemento culinário contido na obra e quais os elementos que revelam permanências ou rupturas ao longo da obra.

Palavras-chave: História da alimentação. Livros de receitas. Gênero. Século XX. Comportamento.



## **ABSTRACT**

Analysing samples of the books *Comer Bem: Dona Benta* from the 40's, 60's, 90's and 2010's, with documents of Editora Nacional company, we reflect about the role of cookbooks in the female universe to which was addressed, what was the function of the women and how the books spread ideals of women that goes beyond the culinary element inside the work and which elements reveals permanences or ruptures alongside the books.

Keywords: Food History. Cookbook. Gender. 20th Century. Behavior.

## SUMÁRIO

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1 ÍNDICE DE ILUSTRAÇÕES</b>                | <b>9</b>  |
| <b>2 INTRODUÇÃO</b>                           | <b>10</b> |
| <b>3 O “DONA BENTA”</b>                       | <b>14</b> |
| <b>4 PAPEL DA MULHER EM <i>DONA BENTA</i></b> | <b>25</b> |
| <b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>                 | <b>38</b> |
| <b>REFERÊNCIAS</b>                            | <b>40</b> |
| <b>ANEXO A –</b>                              | <b>43</b> |

## 1 ÍNDICE DE ILUSTRAÇÕES

|   |    |
|---|----|
| Figura 1- Propaganda veiculada em O Estado de São Paulo de 18/07/1948, p. 10.....     | 29 |
| Figura 2 - Destaque de O Estado de São Paulo edição nacional de 16/12/1960, p.2 ..... | 30 |
| Figura 3 – Capa do <i>Dona Benta</i> de 1963 .....                                    | 35 |
| Figura 4 - Capa do <i>Dona Benta</i> de 1990 .....                                    | 36 |
| Figura 5 - Capa do <i>Dona Benta</i> de 2013 .....                                    | 36 |

## 2 INTRODUÇÃO

A alimentação, ao mesmo tempo que é dada como um tema universal - afinal, alimentar-se é uma necessidade de todo ser humano - ainda é um tema praticamente recém iniciado nas pesquisas da disciplina histórica. O estudo fora estabelecido nos últimos dois séculos pelos campos do saber de disciplinas como botânica, antropologia, medicina, economia e nutrição, tendo como enfoques principais o biológico, o econômico, o social e o cultural.<sup>1</sup> A disciplina histórica só começou a prestar atenção nesse objeto a partir do advento da Escola dos Annales, que trouxe inovações ao campo historiográfico, trazendo assim uma expansão considerável neste domínio e das possibilidades de estudos voltados à vida material e cotidiana de diversos grupos sociais.

Os primeiros passos das pesquisas sobre alimentação no campo do saber histórico surgiram na década de 1930, da pretensão de Lucien Febvre de abarcar em seus estudos diversas esferas da vida social, e tiveram mais força com as transformações propostas por Fernand Braudel nos anos 1960 para a Revista Annales E.S.C..<sup>2</sup> Desde então, vem surgindo diversos trabalhos com esse tema no campo do saber histórico. Apesar de nos anos 2000 inaugurarem-se uma série de trabalhos a respeito do assunto, com um número reconhecidamente maior de estudos e publicações, estas ainda não se assemelham em volume de produção se comparadas às outras áreas do conhecimento. Estudos de Câmara Cascudo (1967), Gilberto Freyre (1939) e Claude Lévi-Strauss(1991) foram fundamentais para o incentivo dos historiadores<sup>3</sup>.

Nas últimas décadas a alimentação tem surgido menos timidamente como tema nas pesquisas historiográficas brasileiras com trabalhos de autores como Carneiro (2003), Demeterco (1998), Simões (2008), Monteleone (2011), Bruit (2006), e Flandrin & Montanari (1998). O que tem contribuído também para a reflexão no Brasil é o “boom” que a gastronomia vem experimentando a partir da década de 1990, a partir de programas, livros culinários, reality shows e todo o sucesso derivado destes.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> CARNEIRO, Henrique S., Comida e sociedade. Uma história da alimentação, 2003. p. 3.

<sup>2</sup> SIMÕES, Renata da Silva. Dona Benta: comer bem: uma fonte para a história da alimentação (1940-2003), Dissertação (Mestrado em História Social). São Paulo: Paulo Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo. 2008.

<sup>3</sup> Apesar de haver outros estudos significantes, os quais me refiro são os autores que influenciaram, entre outros estudos, pelas respectivas obras: *História da Alimentação no Brasil*, *Açúcar* e *O Cru e o Cozido*.

<sup>4</sup> Programas como Masterchef e canais especializados em gastronomia como Chef TV.

Carneiro e Meneses afirmaram em 1997 que “A historiografia brasileira da alimentação é muito pobre. É um tema que, efetivamente, ainda foi não descoberto pelos historiadores, embora sua presença possa ser detectada, sempre como apêndice, em várias circunstâncias”.<sup>5</sup> Apesar de já termos avançado em termos de estudos nos últimos anos, ainda faz-se necessário para o historiador dar atenção para um ato que, embora comum, é parte importante da vida de qualquer sociedade no mundo.

Investigar a respeito da alimentação na história é ir além do estudo somente de fatores de nutrição e saúde e dar importância ao modo com que as pessoas se relacionam com a comida e como as relações sociais são construídas por meio destas. Perceber também que todos os processos históricos estão por sua vez inter-relacionados com a necessidade humana de alimentação e sua busca por satisfazê-la.<sup>6</sup>

### **Os livros de culinária como fonte para o estudo**

Os livros de culinária começaram a ser publicados no território brasileiro a partir do século XIX<sup>7</sup> com a publicação de obras como *O Cozinheiro Imperial* (1840) e o *Cozinheiro Nacional* (1870)<sup>8</sup>, porém como acreditam Couto (2007), Pinto e Silva (2007) e Rodrigues (2008), há a possibilidade de haver chegado um exemplar de *Arte de cozinha* já em 1808 com a família real. Esse advento também trouxe uma série de processos civilizatórios e modernizações ao país, que vieram culminar num processo de desenvolvimento, abertura e expansão do mercado brasileiro para livros de culinária.

Vemos a partir da década de 1990 um crescimento na produção de livros voltados à alimentação, não apenas livros de receitas propriamente ditos, mas também livros com um viés acadêmico<sup>9</sup> também passaram a fazer parte desse aumento de publicações no mercado editorial graças ao aumento dos estudos e da expansão de cursos de gastronomia no país, tendência essa

---

<sup>5</sup> CARNEIRO, Henrique e MENESES, Ulpiano Toledo Bezerra de. “A história da alimentação: balizas historiográficas”. AMP, 5: p. 52, jan./dez. 1997.

<sup>6</sup> CARNEIRO, Henrique S., *Comida e sociedade. Uma história da alimentação*, Rio de Janeiro, Campus, 2003.

<sup>7</sup> Cardoso (apud Couto 2007).

<sup>8</sup> Há uma controvérsia entre os historiadores sobre o ano de publicação da obra, mas estima-se que foi entre 1874 e 1890; a data acima refere-se aos dados fornecidos pela Brasiliana.

<sup>9</sup> CARDOSO, Sérgio Roberto. *Pitadas de africanidades: culinária afro-brasileira nos livros de receitas no século XX*.

que permanece no tempo presente<sup>10</sup>. A força dos livros voltados à culinária é simbólica quando temos até a criação de uma categoria “Gastronomia” em 2011 no Prêmio Jabuti, atribuído pela Câmara Brasileira do livro, um dos prêmios mais famosos do Brasil.<sup>11</sup>

Um livro de receitas é um objeto da cultura material que carrega diversas potencialidades. Obras como Demeterco (1998), Simões (2008), Cardoso (2013) e Abrahão (2014), ao trabalhar com questões de raça, cultura, gênero e tecnologia nos mostraram algumas das potencialidades deste material. Ele serve como fonte primária para estudar as transformações na cozinha e nos alimentos devido à fatores como industrialização e tecnologia, assim como também traz possibilidades de se investigar a história do gosto e da culinária. Permite-nos também considerar os padrões de comportamento propostos nesses manuais culinários, no público-alvo dessas publicações e quais as regras sociais e alimentares estão arrançadas nas instruções de um livro culinário.

No presente estudo, faremos a análise do livro *Dona Benta: Comer Bem*, que possibilita pensar em diversos aspectos importantes da sociedade brasileira: alimentação, valores atribuídos às mulheres em diferentes tempos e nas relações estabelecidas no ato de preparar um alimento.

Pensar sobre a materialidade da publicação também nos possibilita obter uma gama de informações que estão inscritas, seja na escolha de ilustração da capa, seja em seu título - que nos mostra o ideal de mulher a ser representada - seja no modo como é apresentado em anúncios comerciais ou na tradição que instaura. A importância do estudo do presente livro está justamente nas possibilidades que ele traz de pensar a cultura alimentar e os valores culturais estabelecidos em diferentes momentos da história das sociedades.

Esta pesquisa tem como objetivo verificar por meio da análise de um livro de receitas questões que surgem à superfície como o papel da mulher como dona de casa, o público-alvo principal das primeiras edições do livro, além de questões editoriais como a autoria e o título atribuído à publicação *Dona Benta* - com que se faz associação a uma personagem do escritor Monteiro de Lobato, mas que não remete à realidade de suas aptidões - e que sugere uma certa idealização e identificação (ou não) com esse público-alvo. Com essa finalidade, trabalharemos

---

<sup>10</sup> Na matéria do Estadão de 27 de agosto de 2011, aponta-se o crescimento de 96% em vendas na Editora Senac, uma das expoentes do setor em gastronomia no período de 2013 a 2014. disponível em: <https://cultura.estadao.com.br/noticias/literatura,livros-de-gastronomia-mantem-crescimento-no-mercado-editorial,1550563>

<sup>11</sup> <https://paladar.estadao.com.br/noticias/comida,conheca-os-livros-de-gastronomia-finalistas-do-premio-jabuti,70002031095>

com exemplares da obra das décadas 1940, 1960, 1990 e 2010 publicados pela CIA Editora Nacional e documentos constantes no dossiê do livro no acervo da mesma Companhia.<sup>12</sup>

Este trabalho não tem como finalidade realizar uma pesquisa inédita a respeito do tema com a fonte trabalhada. Vale ressaltar que já existem trabalhos como o de Simões (2008) e Cardoso (2013) que exploram potencialidades da fonte, assim como aspectos ligados à raça e cultura. O que se intenta é, visto que as fontes são ricas em possibilidades, complementar os estudos já existentes a respeito da história da alimentação, trazendo luz sobre outros aspectos da obra.

---

<sup>12</sup> Os documentos citados estão sob comodato no Centro de Memória da Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP.

### 3 O “DONA BENTA”

O primeiro exemplar do livro foi lançado em 1940 pela Companhia Editora Nacional<sup>13</sup>, e apesar do nome ser “Dona Benta: Comer Bem”, ficou conhecido apenas por “Dona Benta” e assim quase sempre é referido nas notícias e jornais pesquisados. Afamado como “o livro mais vendido do Brasil”, está atualmente em sua 77ª edição publicada em 2013. Fenômeno este interessante, pois apesar da profusão de livros de receitas, principalmente a partir dos anos 1990<sup>14</sup>, e também de sites, blogs e vlogs de culinária que ensinam praticamente desde o iniciante na cozinha até as pessoas mais familiarizadas com a culinária, o livro permaneceu sendo editado e garantiu sua longevidade no mercado editorial brasileiro, sendo referido como “best-seller”<sup>15</sup> da editora na década de 1960.

*Dona Benta: Comer Bem* é um livro sem autoria definida, segundo Simões:<sup>16</sup> “Não há um autor responsável pela obra. Segundo depoimentos de funcionárias do Centro de Memória da IBEP Nacional, em reuniões entre os editores e suas esposas eram testadas e degustadas algumas receitas que posteriormente compiladas originaram o *Dona Benta*.”<sup>17</sup> Além de receitas propriamente ditas, a obra culinária dá diversas dicas a respeito de preparação de jantares, higiene e saúde, conforme veremos adiante.

Analisaremos quatro edições da publicação (1943, 1963, 1990 e 2013), destacando suas semelhanças e diferenças à luz da proposta de investigação do trabalho, isto é, quanto às referências ao papel de gênero e o estabelecimento de relações sociais a partir da culinária.

A obra de 1943 estrutura-se na seguinte configuração: após uma breve epígrafe do doutor E. Pozerski do Instituto Pasteur, o livro inicia-se com o chamado “Os aforismos da Fisiologia do Paladar”, como que um princípio norteador. Após os “aforismos” o livro segue com instruções práticas para a cozinha (conselhos úteis) e para o uso do livro (equipamentos, pesos e medidas, etc). Depois disso há uma curta descrição dos principais temperos e condimentos utilizados para dar início então às receitas propriamente ditas, indo das saladas às geleias e purês no fim do livro. A edição de 1943 possui também, após a descrição das receitas, uma

---

<sup>13</sup> A Companhia Editora Nacional foi fundada em 1925 pelo escritor Monteiro Lobato, que teve como sócio Octalles Marcondes Ferreira. Disponível em: <http://editoranacional.com.br/page/11/quem-somos>. Acesso em: 20/08/2018.

<sup>14</sup> GOMES, L. G; BARBOSA, L. “Culinária de papel”. p. 7.

<sup>15</sup> Anexo A.

<sup>16</sup> SIMÕES, Renata da Silva. *Dona Benta: comer bem: uma fonte para a história da alimentação (1940-2003)*.

<sup>17</sup> Idem, p. 14.



pequena seção que discute a “cozinha vegetariana” (pág. 480), a “alimentação da primeira infância” (pág. 494) e regimes, seja para perder ou ganhar peso (pág. 500). O livro encerra-se com a bibliografia seguida do índice remissivo.

A estrutura dos livros variou conforme o passar das edições, se encaminhando à uma maior organização de conteúdos. A 3ª edição (1943) por exemplo, além de não possuir um sumário tampouco possui suas categorias classificadas em ordem alfabética. O que se pode dizer que une os livros em um elemento em comum, do ponto de vista da organização interna, é a existência de uma “primeira parte”, que mesmo assim é bastante variável entre as edições, mas que em geral costumam ser agrupadas informações, dicas sobre alimentos, modos de fazer e informações como equipamentos, medidas e arranjos. Quando utilizarmos o termo “primeira parte” daqui em diante nos referimos às páginas dos livros que antecedem a exposição das receitas de fato. Uma das características mais significativas de *Dona Benta: Comer Bem* é a maneira pela qual o livro delimita o seu público-alvo, pois este aspecto por si só contribui fortemente em como se concebem questões de gênero e relações sociais com a culinária. Além disso há uma interessante mudança de enfoque neste aspecto, especialmente na 77ª edição, de 2013. Verificaremos as principais evidências disso no decorrer deste trabalho.

A primeira e possivelmente a característica mais evidente quanto ao seu público-alvo diz respeito ao gênero, que no caso, está direcionado ao feminino. A 3ª edição, de 1943, em diversas passagens da primeira parte refere-se às “donas de casa” quando pretende estabelecer uma aproximação com seus leitores:

Utensílios de cozinha:

“– Uma das preocupações mais sérias de uma dona de casa é a escolha do vasilhame de cozinha.” (1943)<sup>18</sup>

Fogões elétricos:

“– Os fogões elétricos não são os que mais despendem, como supõem muitas donas de casa”. (1943)<sup>19</sup>

“A salada é um dos pratos que mais põem em evidência o capricho e o bom gosto de uma dona de casa.” (1943)<sup>20</sup>

Esta é uma característica que se repete nas demais edições analisadas do livro, à exceção da 77ª que, salvo uma única passagem, não faz uso dessa categoria:

---

<sup>18</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 10.

<sup>19</sup> *Idem*. p. 21.

<sup>20</sup> *Idem*. p. 31.

## Prova usual de forno

“– A experiência das donas de casa bastaria para determinar, aproximadamente, a quantidade de fogo ou de calor necessária aos diversos fins: forno ou fogão.” (1963)<sup>21</sup>

“O tempo que se ganha e o combustível economizado fazem da panela de pressão a auxiliar máxima da dona-de-casa.” (1990)<sup>22</sup>

“Os fogões elétricos não são os mais dispendiosos, como supõem muitas donas de casa. Eles podem favorecer bastante a economia doméstica.” (2013)<sup>23</sup>

A passagem da edição de 2013 se utiliza do termo “dona de casa”, mas há uma possibilidade razoável de que seja caracterizada como um erro de revisão. Existem pelo menos duas evidências que corroboram tal hipótese. A primeira refere-se à frequência com que a expressão “dona de casa” é utilizada pelas edições analisadas: enquanto na 3ª (1943), na 49ª (1963) e na 66ª (1990) a referência à “dona de casa” permeia toda a primeira parte dos livros, na 77ª (2013) edição ela é praticamente inexistente, exceto pelo trecho exemplificado acima. A segunda evidência refere-se ao fato de que a maior parte de todos os livros nada mais são que edições revisadas das anteriores, onde boa parte dos escritos permanecem sem alteração alguma. Não por acaso a bibliografia elencada ao fim do livro é exatamente igual entre as edições de 1946 e a de 2013. Apesar dessas semelhanças, podemos atestar algumas modificações quando analisamos a edição de 2013:

### Utensílios de cozinha:

“Uma das preocupações mais sérias de uma dona de casa é a escolha do vasilhame de cozinha. Há utensílios de ferro, cobre, alumínio, níquel, pedra, porcelana, ferro-ágata e vidro inquebrável.” (1943)<sup>24</sup>

“Uma das preocupações mais sérias de uma dona de casa é a escolha do vasilhame de cozinha. Há utensílios de ferro, cobre, alumínio, níquel, pedra, porcelana, ferro-ágata e vidro inquebrável.” (1963)<sup>25</sup>

“Uma das preocupações mais sérias de uma dona-de-casa é a escolha dos utensílios de cozinha. Há utensílios de ferro, aço, teflon, cobre, alumínio, níquel, pedra, porcelana, ferro-ágata e pirex.” (1990)<sup>26</sup>

“Estão disponíveis no mercado panelas de ferro, aço inoxidável, cobre, alumínio, níquel, pedra, porcelana, ágata e vidro temperado.” (2013)<sup>27</sup>

---

<sup>21</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 14.

<sup>22</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 11.

<sup>23</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 30.

<sup>24</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 10.

<sup>25</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 9.

<sup>26</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 8.

<sup>27</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 17.

### Panela de pressão:

Edições de 1943 e 1963 não fazem referência à panela de pressão

“São imprescindíveis na cozinha. O tempo que se ganha e o combustível economizado fazem da panela de pressão a auxiliar máxima da dona-de-casa. Escolha uma de boa marca, das que estão no mercado há muito tempo, descartando as novidades, que ainda vão ter de provar sua qualidade.” (1990)<sup>28</sup>

“Muito útil, esse utensílio economiza tempo e energia. Escolha uma marca confiável, pois o equipamento requer precauções ao ser utilizado.” (2013)<sup>29</sup>

### Freezer:

Edições de 1943 e 1963 não fazem referência ao freezer

“É um congelador doméstico que permite à dona-de-casa conservar, por tempo determinado, tanto alimentos in natura como pratos preparados.” (1990)<sup>30</sup>

“O freezer é um congelador doméstico que permite conservar, por um tempo mais longo, alimentos in natura e pratos preparados.” (2013)<sup>31</sup>

À exceção do trecho a respeito dos fogões elétricos já citado, a edição de 2013 praticamente extingue a utilização do termo “dona de casa”. Por ser a única menção à expressão na edição de 2013 e pelo fato dos livros *Dona Benta* guardarem essa característica de textos praticamente idênticos (passando por sutis revisões), é possível que tal passagem tenha sido mais um erro de revisão do que de fato uma afirmação do caráter “doméstico” do livro, por mais que a 77ª edição seja aquela que tenha sofrido as maiores revisões.

Outra expressão que as edições de 1943 e 1963 lançam mão com uma boa frequência é a de “economia doméstica”, que prevê uma relação direta com a premissa da “dona de casa”, uma vez que essa “economia doméstica” equivaleria à administração do lar, habilidade tida socialmente como imprescindível para uma boa “dona de casa”. Na edição de 1990 é que este termo deixa de aparecer, possivelmente motivado por um movimento progressivo de desvinculação do *Dona Benta* a um único público:

“Convém evitar de todo, na economia doméstica, utensílios de chumbo.”(1943)<sup>32</sup>

---

<sup>28</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 11.

<sup>29</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 25.

<sup>30</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 17.

<sup>31</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 33.

<sup>32</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 11.

“Convém evitar de todo, na economia doméstica, utensílios de chumbo.”(1963)<sup>33</sup>

“Convém abolir de todo utensílios de chumbo.” (1990)<sup>34</sup>

“Convém abolir todos os utensílios que contenham chumbo em sua composição, caso de algumas panelas de barro.” (2013)<sup>35</sup>

As mudanças relacionadas à adequação a um novo público nas edições mais atuais são sobretudo a partir de ausências, pois em 1990 e 2013 já não se fazem referências a “economia doméstica” como em anos anteriores:

“E’ preciso, pois, ao executar uma receita, ter verdadeira compreensão do que se vai fazer. A economia doméstica assim o exige.” (1943)<sup>36</sup>

“E’ preciso, pois, ao executar uma receita, ter verdadeira compreensão do que se vai fazer. A economia doméstica assim o exige.” (1963)<sup>37</sup>

Passagem suprimida nas edições de 1990 e 2013.

Apesar de na edição mais recente haver uma passagem que possivelmente faz referência direta ao público feminino, mas que, além de não fazê-lo por meio da expressão “donas de casa”, guarda uma importante ressalva, é a que está presente no capítulo “Montagens e Arranjos de Mesa” da 77ª edição, onde há um considerável incremento das possibilidades de montagens de mesa. Enquanto nas edições anteriores este capítulo apenas tratava de arranjos de mesa com uma ênfase na estética, na edição de 2013 há uma maior ênfase nos produtos que serão consumidos em cada uma das refeições, como no Brunch (champanhe, suco de laranja, pães, ovos etc), Chá da Tarde (sanduíches pequenos, patês, frutas etc) e Churrasco (carnes, saladas, molhos etc). Quando observamos a descrição do Chá da Tarde é que uma característica chama a atenção:

“Muitas famílias ainda têm o hábito de servir o chá da tarde. É uma ótima opção para organizar um encontro entre **amigas**.” (2013)<sup>38</sup>

---

<sup>33</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 10.

<sup>34</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 8.

<sup>35</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 17.

<sup>36</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 19.

<sup>37</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 13.

<sup>38</sup> *Dona Benta*, 2013, p. 82, grifo nosso.

Por se tratar de uma temática inédita, já é descartada a hipótese de outro erro de revisão, uma vez que neste caso trata-se de uma inserção. Portanto a passagem foi inserida intencionalmente, o que poderia abrir margem para se afirmar que o público-alvo continua sendo o feminino. Porém deve-se levar em conta que existe uma forte tradição do chamado “Chá da Tarde” ser realizado entre pessoas do sexo feminino, num contexto de socialização entre amigos (no caso, amigas). Sendo assim, ainda que um “Chá da Tarde” não necessariamente deva ser realizado exclusivamente por mulheres, a força da tradição aqui no Brasil<sup>39</sup> provavelmente teve impacto na elaboração desta passagem, não sendo assim suficiente para sustentar a hipótese de permanência do público, uma vez que a edição oferece muitas outras evidências que vão de encontro à essa premissa. Pois é tendo como argumento a força da “tradição” que as últimas edições da obra direciona o marketing de venda da obra.

Uma destas evidências das novas orientações de público é encontrada na chamada “Lista Básica de Utensílios”:

“De maneira geral, é melhor comprar sempre do tamanho médio para cima, pois utensílios pequenos logo se tornam problemáticos porque, evidentemente, pequenas quantidades podem ser feitas em recipientes maiores, e o inverso é sempre impossível.”(1990)<sup>40</sup>

“A quantidade e o tamanho dos utensílios devem ser avaliados de acordo com o número de pessoas que normalmente são servidas às refeições. [...] Salvo os casos de famílias pequenas ou de pessoas que moram sozinhas, é melhor escolher panelas e recipientes médios ou grandes, pois os utensílios pequenos são de pouca utilidade; além disso, pequenas quantidades podem ser preparadas em recipientes maiores.” (2013)<sup>41</sup>

Enquanto o escrito da 66ª edição atesta de maneira cabal que sempre é melhor adquirir utensílios de grande porte dado a possibilidade de cozinhar tanto em pequenas quanto em grandes quantidades, a modificação do texto para a 77ª edição abre espaço para a aquisição de materiais pequenos, em casos de famílias pequenas ou de pessoas que morem sozinhas. Ou seja, o *Dona Benta* de 2013 reconhece a existência de pessoas que morem sozinhas e que queiram cozinhar apenas para si mesmas, ao passo que o de 1990 não prevê esse horizonte, evidenciando o público eminentemente familiar (e feminino) para o qual ele se dirige. Essa passagem nos permite afirmar que a edição de 2013, definida por Arnaldo Lourenço na apresentação como um *Dona Benta* com “um lifting discreto”, dirige-se a um público mais amplo que apenas às tradicionais “donas de casa”.

---

<sup>39</sup> LIMA, Tania Andrade. Chá e simpatia: uma estratégia de gênero no Rio de Janeiro oitocentista. An. mus. paul. [online]. 1997, vol.5, n.1, pp.93-129.

<sup>40</sup> *Dona Benta*, 1990, p. 9.

<sup>41</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 18.

Outra marca desta guinada encontra-se na relação dos utensílios, especificamente no caso dos eletrodomésticos. A edição de 1990 lista diversos eletrodomésticos a serem adquiridos pelo leitor, alertando para “na hora da compra, escolha sempre aparelhos de boa qualidade, pois devem durar dezenas de anos, para compensar em parte seu alto preço.”<sup>42</sup> Já a edição de 2013 não faz nenhum tipo de aviso quanto ao valor ou o cuidado que se deve ter para adquiri-los, apenas listando-os e colocando entre parêntesis aqueles julgados como “opcionais”. Ora, o fato de estabelecer que nem todos os equipamentos necessitam ser adquiridos já em si representa uma modificação em relação às edições anteriores, e vai ao encontro da premissa de que nem todos os leitores fazem parte da conformação tradicional familiar entendida pelas edições anteriores e que não necessita de poder aquisitivo que seja suficiente à compra de todos os utensílios de cozinha listados.

Ao ampliar o olhar sobre o público-alvo surge a pergunta: qual seria a classe social a que o livro se dirige? Para responder à essa questão devemos observar alguns aspectos importantes a partir dos próprios livros. Há pelo menos duas passagens a serem destacadas:

“O ideal seria o uso generalizado de balanças especiais e medidas graduadas para as confecções culinárias. Não sendo possível isso, por diversas razões de ordem econômica, procuraremos, com a relação abaixo, uniformizar e facilitar tudo, de maneira que não haja dificuldade que não possa ser superada com o uso dos próprios utensílios comuns em qualquer casa, por mais modesta que seja.” (1943)<sup>43</sup>

“O ideal seria o uso generalizado de balanças especiais e medidas graduadas para as confecções culinárias. Não sendo possível isso, por diversas razões de ordem econômica, procuraremos, com a relação abaixo, uniformizar e facilitar tudo, de maneira que não haja dificuldade que não possa ser superada com o uso dos próprios utensílios comuns em qualquer casa, por mais modesta que seja.” (1963)<sup>44</sup>

“A tendência geral é pesar e medir os ingredientes empregando-se os utensílios caseiros, pela facilidade de estarem à mão. É preciso, no entanto, levar-se em conta que o tamanho das xícaras, copos e colheres varia bastante [...] Com a relação que se segue, procuramos uniformizar e facilitar tudo, de maneira que não haja dificuldade que possa ser superada com o uso dos próprios utensílios comuns em qualquer casa.” (1990)<sup>45</sup>

“Sempre que determinada receita pede medidas como xícaras e colheres, a tendência é pesarmos e medirmos os ingredientes empregando utensílios caseiros, pela facilidade de estarem à mão. É preciso, no entanto, levar em conta que o tamanho das xícaras e das colheres varia bastante [...] Com a relação abaixo, procuramos uniformizar algumas medidas, de maneira que não haja dificuldade na utilização de utensílios mais comuns.” (2013)<sup>46</sup>

---

<sup>42</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 12.

<sup>43</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 23.

<sup>44</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 18.

<sup>45</sup> *Dona Benta*, 1990, p. 17-8.

<sup>46</sup> *Dona Benta*, 2013, p. 37.

Na primeira passagem acima percebe-se que existe uma limitação financeira que restringe a aquisição de equipamentos especializados (e portanto mais caros), fato este explicitamente exibido nas edições mais antigas, enquanto as novas limitam-se a afirmar que com os utensílios existentes em suas casas já será suficiente a medição da quantidade dos ingredientes. Um leitor distraído até poderia supor, lendo a afirmação das edições de 43 e 63, que o público a qual o livro se refere seria a todas as classes sociais à exceção dos ricos, que não haveriam de limitar-se por razões financeiras frente a utensílios domésticos. Entretanto, quando levada em conta a quantidade de equipamentos listada em algumas páginas anteriores, percebe-se que apenas pessoas pertencentes ao menos a uma classe média é que teriam acesso a tais bens, já que há um custo envolvido relativamente alto na aquisição dos utensílios relacionados, especialmente os eletrodomésticos. Na década em que a obra fora lançada, as cozinhas também poderiam não ter este grau de organização que a obra faz aparentar e dificilmente o quadro exposto por MALUF e MOTT (2008, p.412-413) se alterou tão rápido:

Nos anos 20-30, na maioria das casas, a cozinha estava longe das estampadas nas revistas: Muitas cozinhas permaneceram até meados do século como um apêndice da casa, um puxado coberto por telhas-vãs, voltado mais para o quintal do que propriamente para o interior da residência. Além de ser o local onde eram pelados diferentes produtos, preparados os alimentos e lavada a louça, a cozinha era também onde se guardava a bacia para banhos e se fervia a água, banhavam-se as crianças, passava-se a roupa e onde, em muitas casas, as empregadas dormiam sobre esteiras. Ali era realizado um trabalho cansativo, demorado e sujo, seja pela preparação dos pratos, seja pela filmagem das panelas engorduradas e enegrecidas pela fuligem. Basta tomar como exemplo o consumo de aves. Antes da popularização da geladeira, mesmo nas casas mais ricas, sobrevivia o costume ancestral de manter galinheiros, onde eram criados frangos, patos e perus.

A outra passagem refere-se apenas à última edição, mais especificamente na apresentação do livro. Ao tratar da questão do aumento das importações do país, Arnaldo Lourenço comenta que “os brasileiros consomem [sic] cotidianamente produtos raros, que anteriormente eram privilégio de ricos.” Ora, ao se referir às classes altas como “ricos”<sup>47</sup> o autor declara um distanciamento dessas classes, fazendo com isso que uma hipótese de público-alvo ligada às classes altas seja descartada, ainda que seja levada em conta toda a transformação empreendida pela edição em questão (2013).

---

<sup>47</sup> *Dona Benta*, 2013, p. 10.

## O “Comer Bem”

Comer Bem é o principal título da obra que passou a ser popularmente conhecida como *Dona Benta*. O que nos faz questionar o que significa comer bem? O que o projeto deste livro de receitas vende como o bem comer?

Já na edição de 1943, o livro começa com os aforismos do paladar, atribuídos à Brillat Savarin, famoso gastrônomo francês, que ficou conhecido por sua obra intitulada *A fisiologia do Gosto* (1825), em que pensa diversos aspectos da alimentação, misturando receitas gastronômicas, meditações e aforismos. A proposta da obra abrange receitas, dicas de preparo de receitas, de decoração, dietas e arranjo sugerindo que não é importante o ritual da alimentação, mas também como e quando se come. Além de boa comida, são necessários bom gosto e elegância por parte da dona-de-casa, pois é através do ato de comensalidade que relações são estabelecidas.

O livro, como é destacado na apresentação da 77ª edição, propunha nas suas edições anteriores “um estilo de vida”.<sup>48</sup> Em consonância com tal ideia em suas primeiras edições *Dona Benta* estabelece a defesa da chamada “boa cozinha”, isto é, uma culinária para além das receitas em si, mas que se preocupa com a apresentação dos pratos e a criação de um ambiente propício para a degustação gastronômica. Tanto assim que é possível atestar outra grande diferença entre as edições analisadas do século XX e a do século XXI, na seção “Arranjo da mesa”:

“A decoração de uma mesa não é coisa tão fácil como parece à primeira vista. Apresenta as suas dificuldades. E’ necessário que o bom gosto de cada um lhe saiba dar realce, aproveitando ao máximo os recursos com que se pode contar.” (1943)<sup>49</sup>

“A decoração de uma mesa não é coisa tão fácil como parece à primeira vista. Apresenta as suas dificuldades. E’ necessário que o bom gosto de cada um lhe saiba dar realce, aproveitando ao máximo os recursos com que se pode contar.” (1943)<sup>50</sup>

“Com o conjunto de elementos de que se pode dispor, não é difícil dar à mesa a feição que se deseja. É necessário que o bom gosto de cada um lhe saiba dar realce, aproveitando ao máximo os recursos com que se pode contar.” (1990)<sup>51</sup>

“A montagem dos lugares é um pouco mais elaborada. Prato de mesa à frente de cada cadeira. Ao lado esquerdo do prato raso pode ser colocado um pratinho para pão. Garfos devem ser colocados à esquerda do prato

---

<sup>48</sup> *Dona Benta*, 2013, p. 7.

<sup>49</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 67.

<sup>50</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 25.

<sup>51</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 27.



e facas à direita, com as lâminas voltadas para dentro. Colheres de sopa e sobremesa também são colocadas à direita.” (2013)<sup>52</sup>

O trecho de 2013, além de estar inserido num capítulo que diferencia as chamadas “Refeições Informais” e “Refeições Formais”, abrindo espaço antes “proibido” para arranjos mais simplórios, não baseia a construção do ambiente por um conceito vago e prepotente como “bom gosto”, mas na indicação precisa de cada etapa para a construção de um ambiente formal. Ao fazer isso, o acesso ao livro é ampliado, uma vez que não se pauta pela tradição e sim pela instrução oferecida pelo próprio livro.

Para além da mesa em si, como trabalhado por Simões (2008), o “comer bem” das primeiras edições abrange também prescrições de alimentos, dietas e a escolha dos ingredientes adequados ao paladar de cada membro da família, higiene na preparação de alimentos e um cardápio variado. Não à toa, a obra possui uma gama enorme de receitas:

“O homem deve consumir uma certa quantidade necessária e suficiente de alimentos para assegurar o funcionamento fisiológico de seu organismo. Tais alimentos devem ser escolhidos de acordo com o temperamento de quem os consome; devem ser preparados de uma forma adequada ao psiquismo mais ou menos complexo, mais ou menos artístico de cada indivíduo; devem ser dosados afim de não acarretar, ou pela quantidade ou pela qualidade, excesso de materias inuteis ao organismo.

A compreensão dessas regras da ciencia e da arte de bem comer é que constitue a higiene alimentar”

O trecho acima, presente logo no início do *Dona Benta* de 1943, apresenta o “comer bem” como uma série de elementos importantes elencados para além do gosto: a “higiene”, presente nas preocupações sanitaristas que vigoravam no Brasil, a preocupação com a saúde vinculada à teorias de “humores” e a preocupação com a nutrição, ou seja, o “comer bem” também significava comer de acordo com os padrões estabelecidos pela ciência.

Nas edições mais modernas, permanece a variação de cardápio, porém como se pode constatar somente na edição de 1943 trabalham-se prescrições de regimes, dietas, e problemas de alimentação, com uma parte dedicada somente a esses assuntos.<sup>53</sup> As edições seguintes aqui analisadas já não possuem estes conteúdos, indicando que uma das principais mudanças no “comer bem” está na diminuição da influência científica na obra. Vemos na apresentação da obra mais recente (2013) a preocupação com mudanças de hábitos alimentares em prol da saúde, como a substituição de ingredientes tidos por mais saudáveis, porém não é o que parece caracterizar a obra. O *Dona Benta* mais moderno vincula arte de comer bem à uma variedade e

---

<sup>52</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 81.

<sup>53</sup> *Dona Benta*, 1943. pp. 476-503.

diversidade de cardápio, com receitas de “toque chique e cosmopolita”<sup>54</sup> e com o retorno a ingredientes sem “misturas prontas artificiais”<sup>55</sup>, usa como mote principal a “tradição” a “comida de antigamente”, apregoa-se, instaurada pelo próprio livro, renovado, moderno, porém sem os ônus da modernidade.

---

<sup>54</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 7.

<sup>55</sup> *Idem*. p. 7.

#### 4 PAPEL DA MULHER EM *DONA BENTA*

As primeiras décadas do século XX no Brasil trouxeram diversas conquistas para as mulheres, tais como escolarização, sua inserção no mercado de trabalho e direito ao voto em 1932, garantindo aumento do seu papel fora do lar na sociedade brasileira. Todavia imperavam também expectativas sociais de um retorno ao lar, onde até a educação era pautada de modo que as mulheres fossem qualificadas para a vida doméstica, seguindo o modelo ideal feminino. Para a preparação da mulher, existiram até cursos especializados. Rodrigues (2000: p. 4) analisa experiências em escolas técnicas em Brasília:

“Com o decreto nº 4779 de 16 de maio de 1934, as Escolas Secundárias Técnicas que ofereciam o curso doméstico, mantiveram a seção de oficinas denominada “artes domésticas”, voltada para a administração do lar, para as artes culinárias e para a decoração do lar. As atividades de corte e costura, chapéus, rendas e bordados, e de tecelagem e flores passaram a compor a seção “artes do vestuário”. As oficinas de lavagem e engomado, foram retiradas do curso doméstico, não estando presente em nenhum outro curso profissional, desde 1933.”

As preocupações com a educação de meninas e com a formação de professoras estavam alicerçadas na ideia de que as mulheres eram a base da educação para a formação de novos cidadãos<sup>56</sup> e a base da manutenção da família, que por sua vez é o que sustenta a Pátria. Portanto, a instrução das mulheres estava objetivada na formação de boas mulheres do lar.

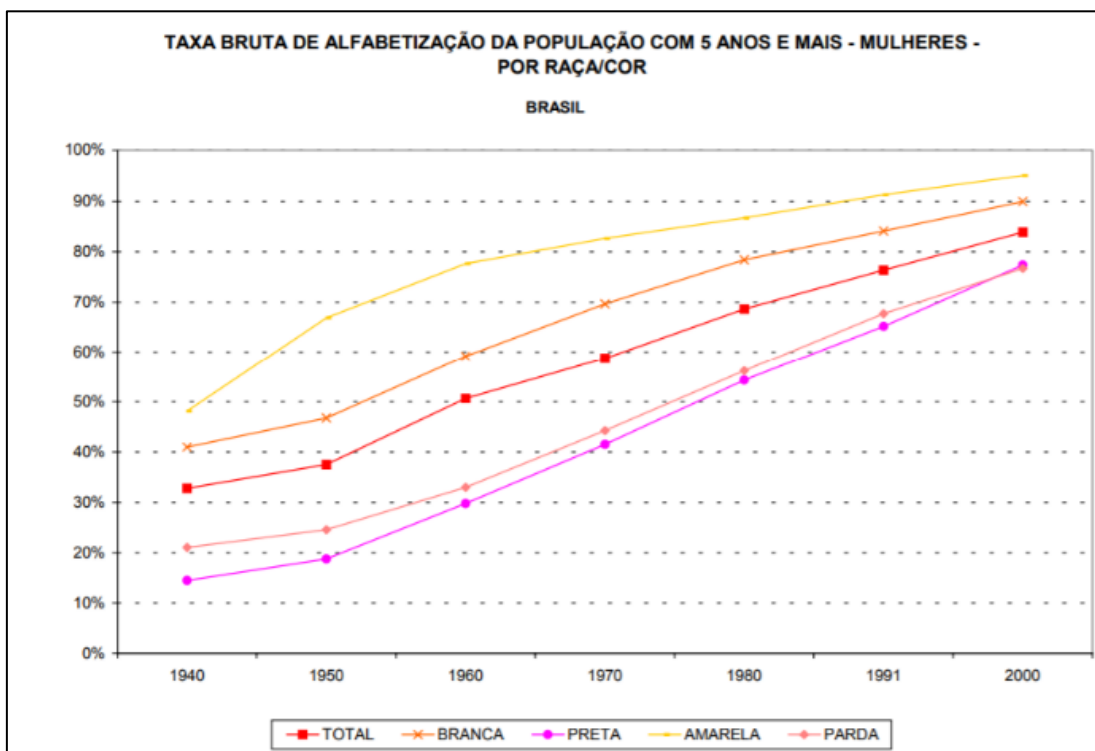
Esse era o ideal de educação para as mulheres com uma condição financeira superior, derivando de classes sociais privilegiadas. As mulheres da população em geral dificilmente tinham acesso à educação formal.

Segundo dados do IBGE, a taxa de alfabetização de mulheres em 1940 era de 32,79%, ou seja, cerca de um terço da população feminina tinha acesso à leitura. Pensando apenas na alfabetização das mulheres por raça, temos, conforme apresentadas no gráfico abaixo, as taxas segmentadas por raça/cor durante algumas décadas:

---

<sup>56</sup> ALMEIDA, Jane Soares de. Mulheres no cotidiano: educação e regras de civilidade (1920/1950). Dimensões: Revista de História da UFES, Vitória, v. 1, n. 33, p.336-359, 2014.

Gráfico 1 – Taxa bruta de alfabetização da população com 5 anos e mais – mulheres – por raça/cor



Fonte: IBGE. Alfabetização por Raça e Sexo no Brasil: Evolução no Período 1940-2000. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv1425.pdf>

As mulheres “amarelas” e “brancas” possuem taxas mais altas de alfabetização, considerando o quesito educação, podem ser privilegiadas em relação às “pretas” e “pardas”:

Na década de 40, a proporção de pretos e pardos alfabetizados representava menos da metade do número de brancos na mesma situação e terça parte dos amarelos, fato que pode ser atribuído a uma discriminação racial tal que impedia mesmo a frequência de negros à escola, apesar da Lei 1390 de 03/07/51, mais conhecida como Lei Afonso Arinos, a qual em seu artigo 5º, prevê punição para o estabelecimento de ensino de qualquer curso ou grau que se recuse a inscrever aluno ou aluna por preconceito de raça ou de cor.<sup>57</sup>

Frente à essa realidade, como fica o *Dona Benta*? A passagem a seguir revela um caminho para se pensar isso:

<sup>57</sup> IBGE, Alfabetização por Raça e Sexo no Brasil: Evolução no período 1940-2000, p. 55.

“Uma menina, observando e seguindo as nossas explicações, poderá aviar qualquer receita de doce ou salgado com seguro resultado. A prática, depois, se incumbirá de mostrar que a compreensão da arte da cozinha não é regalia de alguns privilegiados.” (1943)<sup>58</sup>

“Uma menina, observando e seguindo as nossas explicações, poderá aviar qualquer receita de doce ou salgado com seguro resultado. A prática, depois, se incumbirá de mostrar que a compreensão da arte da cozinha não é regalia de alguns privilegiados.” (1963)<sup>59</sup>

A primeira vista tal trecho, inexistente nas edições de 1990 e 2013, poderia levar a crer num objetivo de “democratização” do acesso à culinária, antes restrita a um grupo de “alguns privilegiados”. Vale destacar, contudo, que não se trata de uma democratização no sentido amplo da palavra, pois naturalmente a própria aquisição do livro em questão já passava por um recorte muito específico de pessoas. Se somarmos isso ao grau de alfabetização destacado acima e ao fato das primeiras edições possuírem pouquíssimas ilustrações constataremos que não se trata de uma ampliação do acesso à cultura culinária. Além disso, é claro, o excerto contribui na delimitação do feminino como interlocutor, já que inicia com “uma menina”. Não por acaso tal passagem não sobreviveu às edições mais recentes.

Também acabam-se impondo habilidades básicas na cozinha, já que algumas receitas não possuem as quantidades de todos os ingredientes especificadas, notadamente no caso das primeiras edições, como é o caso da receita de carurú:

“Carurú em mingau - Faça um caldo em que entre todos os temperos (salsa, cebola, sal, mangerona, etc.), um pedaço de linguiça ou de carne (preferivelmente de porco). A esse caldo junte água, o tanto necessário para a quantidade de mingau que se quer fazer. Assim que estiver fervendo, adicione ramos de carurú bem lavados ou só as folhas, engrossando com farinha de milho, de maneira que fique um mingau não muito grosso.” (1943)<sup>60</sup>

“Carurú em mingau - Tome uns 10 ou mais pedacinhos de costeletas de porco salgada, lave-os bem e fervente um pouco para tirar o sal. Deite gordura numa panela e refogue as costeletas até alourar. Ponha em seguida sal com alho, cebola batidinha, tomates e torne a refogar. Junte água quente o necessário para a quantidade de mingau que queira fazer e deixe cozinhar mais um pouco. Retire o caldo para coar e leve-o novamente ao fogo, com as costeletas. Quando estiver fervendo, junte as folhas de caruru, bem lavadas, engrossando com fubá ou farinha de milho, até o ponto de sopa. Ponha pimenta, se gostar.” (1963)<sup>61</sup>

“Carurú refogado - 1 maço de caruru; óleo; sal; alho; cebolinha-verde; salsa picada. 1) Tire folha por folha dos talos do caruru, lave-as bem e leve-as a refogar numa panela com óleo, sal com alho, cebolinha-verde e salsa picada. 2) Tampe a panela e deixe cozinhar durante dez a quinze minutos. (Se nesse tempo secar um pouco, pingue água quente.)” (1990)<sup>62</sup>

---

<sup>58</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 23.

<sup>59</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 18.

<sup>60</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 104.

<sup>61</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 70.

<sup>62</sup> *Dona Benta*, 1990, p. 126.

“Caruru refogado - 1 maço de carurus; 2 ou 3 dentes de alho; 4 colheres (sopa) de óleo; cebolinha-verde e salsa picada; sal. 1) Remova folha por folha dos talos do caruru, lave-as bem e leve-as para refogar numa panela com o óleo, o alho, a cebolinha-verde e a salsa picada. 2) Tampe a panela e deixe cozinhar por 10 a 15 minutos. Se nesse tempo secar um pouco, pingue água quente. 3) Tempere com sal e sirva.” (2013)<sup>63</sup>

Por mais que se tratem de duas receitas diferentes (ainda que com a mesma matéria-prima) é possível perceber a ausência de indicações de quantidades específicas nas primeiras edições, pois na de 1943 não é determinada a quantidade de carne utilizada (pedaços de linguiça) e na de 1963 não se indicam quantos tomates e demais legumes devem ser usados. Na receita do Caruru refogado podemos observar o movimento crescente pela especificação das quantidades, pois a edição de 2013 é a mais rica em detalhes, capaz até de determinar o volume de óleo e de alhos a serem utilizados. Tal diferença remete também à mudança de público do livro, já que alguém sem prática culinária tem muito mais chances de conseguir reproduzir uma receita com sucesso quanto mais nova for a edição, enquanto que as mais antigas baseiam-se na tradição passada de “avó/mãe para mãe/neta” para garantir a realização do preparo.

### **A dona de casa ideal**

O ideal de mulher bonita, elegante e com habilidades de cuidar da família e do lar foi amplamente difundido desde o início do século XX no Brasil através de diversas mídias, como jornais, propagandas, revistas e manuais femininos.

A imagem da mãe-esposa-dona de casa como a principal e mais importante função da mulher correspondia àquilo que era pregado pela Igreja, ensinado por médicos e juristas, legitimado pelo Estado e divulgado pela imprensa. Mais que isso, tal representação acabou por recobrir o ser mulher — e a sua relação com as suas obrigações passou a ser medida e avaliada pelas prescrições do dever ser. (MALUF; MOTT, 1998, p. 374)

Impondo às mulheres o tripé esposa-mãe-dona de casa, além de serem “prendadas” no lar cozinhando bem, às mulheres eram necessários os dons da beleza, organização, boa administração do lar, cuidados com os filhos e esposo e “bom gosto”, como mostra a propaganda bem comum à década de 1940 direcionada ao público feminino.

---

<sup>63</sup> *Dona Benta*, 2013, p. 308.

Figura 1- Propaganda veiculada em O Estado de São Paulo de 18/07/1948, p. 10

**CABELOS BRANCOS?**  
**LOÇÃO**  
*Brilhante*

**LEITE DE LANOLINA**  
Do DR. DENRIK é bom para a pele

**A BELEZA É OBRIGAÇÃO**

A mulher tem obrigação de ser bonita. Hoje em dia só é feio quem quer. Essa é a verdade. Os cremes protetores para a pele se aperfeiçoam dia a dia.

Agora já temos o creme de alface "Brilhante" ultra-concentrado que se caracteriza por sua ação rápida para embranquecer, afinar e refrescar a cutis.

Depois de aplicar este creme observa-se como a sua cutis ganha um ar de naturalidade encantadora à vista.

A pele que não respira resseca e torna-se horrivelmente escura. O Creme de Alface "Brilhante" permite à pele respirar, ao mesmo tempo que evita os pontos, as manchas e asperezas e a tendência para pigmentação.

O viço, o brilho de uma pele viva e sadia volta a imperar com o uso do Creme de Alface "Brilhante". - Experimente-o.

É um produto dos Laboratórios Alvim & Freitas.

**Considerado em relação à circulação do jornal, o anúncio no "O Estado de São Paulo" é o mais barato e eficiente do Brasil.**

Fonte: Acervo Estadão - A mulher "tem a obrigação" de ser bonita.

Segundo a propaganda, diante da obrigatoriedade da beleza, havendo meios para isso, a mulher só não pode ser bonita se não quiser, por uma questão de vontade ou esforço.

As primeiras edições do *Dona Benta*, também trabalham sob essa ótica:

"É um dos pratos que mais põe em evidência o capricho e o bom gosto de uma dona de casa. Preparada com arte, esmero e cuidado, ela enfeita a mesa e predispõe favoravelmente os convidados"<sup>64</sup>

A frase acima pertence à uma edição de 1942 do *Dona Benta*, deixa transparecer as relações sociais que estão estabelecidas no ato da escolha e preparação de determinado alimento.

<sup>64</sup> *Dona Benta: Comer bem*. Companhia Editora Nacional, 77ª edição, São Paulo, 2013. p. 8. O trecho citado na edição de 2013 faz referência à edição de 1942.

Na primeira nas edições de 1943 e 1963 do Dona Benta, vimos o tratamento do livro direcionado especificamente à donas de casa. Uma obra que se pretendia orientar até as mulheres inexperientes na cozinha, auxiliando-nas no cumprimento de um de seus deveres no lar. A publicidade feita nos jornais fortalece esse padrão, afinal, uma vez que nem toda a população tinha acesso à jornais na década, principalmente mulheres que pudessem comprar o exemplar para presentear a outras mulheres, como sugere um quadro de dicas de O Estado de São Paulo.

Figura 2 - Destaque de O Estado de São Paulo edição nacional de 16/12/1960, p.2

Bem sabemos que "livro é presente de amigo". Pois um livro de cozinha é verdadeiro presente de... amiga! Por conseguinte, se vocês quiserem dar presentes úteis às suas amigas, ofereçam a cada uma delas o excelente livro **"Comer Bem"** de **Dona Benta** e todas ficarão bem contentes! Porque é um livro muito útil, de fato, que reúne, não somente receitas escolhidas, como muitos conselhos e sugestões. Contém numerosas e variadas receitas de pratos salgados, sobremesas, coqueis e outras. E ex-oliceações muito interessantes a respeito de condimentos, de abelas de resos e volumes, do uso de determinados fogões etc.

etc. E, em suma, de real utilidade para qualquer dona de casa, mas especialmente para as noivinhas e jovens em geral que desejam aperfeiçoar seu aprendizado doméstico. Então: é ou não um presente bom e barato para suas amigas? Incluam, portanto, entre as suas compras para as Festas o livro que vão oferecer às suas amigas, o já muito conhecido **COMER BEM**, de **Dona Benta**, publicado pela Companhia Editora Nacional e o qual está à venda em todas as livrarias.

Fonte: Acervo Estadão – em um quadro com diversas dicas de compras de natal, sugere o livro para compra como presente às amigas

O Comer Bem: Dona Benta aparece como um presente ideal àquelas mulheres que querem demonstrar sua amizade. Pois além de ser um bom presente, é útil às donas de casa, qualquer uma, mas especialmente às mais jovens que podem “aperfeiçoar o seu aprendizado



doméstico”. Mais uma vez, é evocada as qualidades atribuídas à mulher de amizade e generosidade e atreladas ao livro.

A importância da boa execução do trabalho doméstico, incluindo alimentação no lar em Dona Benta está diretamente ligado ao sucesso da dona de casa como mulher, mãe e esposa. O papel da mulher era elementar para a manutenção e o bom desempenho do homem e das crianças, derivando seu sucesso na vida do bem estar familiar.<sup>65</sup> O Dona Benta se punha como a solução para os problemas da cozinha.

Em um rascunho<sup>66</sup> da CIA Editora Nacional, encontramos o seguinte texto:.

PELA BOCA MORRE O PEIXE!

Siga as receitas do “COMER BEM” e verá que seu marido nunca mais “irá jantar fóra”. Dona Benta lhe ensinará o segredo dos pratos perfeitos!”

O rascunho de propaganda, deixa implícito que uma mulher que não sabe cozinhar bons pratos não é capaz de obter a fidelidade do marido. O discurso conecta diretamente a qualidade de boa cozinheira à condição de fidelidade do marido. A asserção permite a culpabilização da mulher pela infidelidade do marido, como se o demérito de não ser boa cozinheira é que fez com que o marido traísse a sua esposa. Talvez possa ser interpretado também como se as virtudes de uma “boa esposa” como cozinheira fossem possíveis de converter um esposo infiel, ou seja, capaz de restaurar a felicidade de uma mulher.

Apesar de não ser possível sabermos se a propaganda do memorando chegou a ser trabalhada e veiculada posteriormente, ela expressa a mentalidade de quem trabalhava no setor de criação de propagandas do livro à época. O tom é moralizante, objetivo que costumava ser comum nas obras da Cia Editora Nacional.<sup>67</sup>

Outro aspecto que procura ditar o referencial de mulher é quanto ao conceito de “boa mãe”, que estaria associado ao de boa cozinheira enquanto esta se preocupasse com as questões “higiênicas” da cozinha, que remetem à saúde familiar. Tendo como ponto de partida o público já aqui determinado, o livro, principalmente em suas edições mais antigas, por diversas ocasiões

---

<sup>65</sup> RODRIGUES, Jaime. Alimentação, vida material e privacidade: uma história social de trabalhadores em São Paulo nas décadas de 1920 a 1960. 1ª. ed. São Paulo: Alameda, 2011.

<sup>66</sup> O esboço de propaganda foi feito em um papel timbrado para “memorandum”, mas não há informações de remetente ou destinatário, aparentando ser um rascunho.

<sup>67</sup> RODRIGUES, Jaime; MIRANDA, M. E. ; TOLEDO, M. R. A. . O acervo da Companhia Editora Nacional: negociação, organização e potencial para a pesquisa histórica. Revista de Fontes, v. 3, p. 61-69, 2015.

defende a preocupação com a saúde como um dos pontos base daquela que cozinha. E este conceito de saúde, distante daquele da edição de 2013 por este estar associado à saúde pessoal, dialoga diretamente com o ideal de uma “boa dona-de-casa/mãe”, que além de executar as tarefas domésticas com habilidade objetiva, sempre toma suas decisões baseadas no que é mais saudável, e portanto melhor, para a sua prole. Vejamos alguns exemplos, que em sua maioria já não constam 77ª edição:

“A cozinha é a parte da casa que precisa de maiores cuidados e a que mais diretamente está ligada à nossa saúde. Uma cozinha limpa e bem arrumada, por mais pobre que seja, é o índice mais expressivo e que mais eloquentemente fala sobre as virtudes de seus donos.” (1943)<sup>68</sup>

“A cozinha é a parte da casa que precisa de maiores cuidados e a que mais diretamente está ligada à nossa saúde. Uma cozinha limpa e bem arrumada, por mais pobre que seja, é o índice mais expressivo e que mais eloquentemente fala sobre as virtudes de seus donos.” (1963)<sup>69</sup>

“A cozinha é a parte da casa que exige maiores cuidados e a que está mais diretamente ligada a nossa saúde; por isso, deve ser mantida limpa e bem arrumada.” (1990)<sup>70</sup>

“O vasilhame a ser utilizado deve estar perfeitamente limpo; este cuidado, além de higiênico, favorece extraordinariamente o cozimento.” (1943)<sup>71</sup>

“O vasilhame a ser utilizado deve estar perfeitamente limpo; este cuidado, além de higiênico, favorece extraordinariamente o cozimento.” (1963)<sup>72</sup>

“A panela a ser utilizada deve estar perfeitamente limpa; este cuidado, além de higiênico, favorece extraordinariamente o cozimento.” (1990)<sup>73</sup>

“Devem os cardápios, portanto, reunir o útil ao agradável, salvaguardando, assim, a saúde e, consequentemente, vitalizando a espécie.” (1943)<sup>74</sup>

“Devem os cardápios, portanto, reunir o útil ao agradável, salvaguardando, assim, a saúde e, consequentemente, vitalizando a espécie.” (1963)<sup>75</sup>

“Portanto, os cardápios devem reunir o útil ao agradável, preservando, assim, a saúde e, consequentemente, vitalizando a espécie.” (1990)<sup>76</sup>

“Portanto, os cardápios devem unir o útil ao agradável, ou seja, sabor, aroma, apresentação e qualidade nutricional.” (2013)<sup>77</sup>

---

<sup>68</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 16, grifo nosso.

<sup>69</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 10, grifo nosso.

<sup>70</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 8.

<sup>71</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 20, grifo nosso.

<sup>72</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 15, grifo nosso.

<sup>73</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 15, grifo nosso.

<sup>74</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 20, grifo nosso.

<sup>75</sup> *Dona Benta*, 1963. p. 21-22, grifo nosso.

<sup>76</sup> *Dona Benta*, 1990. p. 24, grifo nosso.

<sup>77</sup> *Dona Benta*, 2013. p. 63, grifo nosso.

Nota-se, nesta última citação, a modificação entre a edição mais atual e as anteriores, na qual o termo “saúde” dá lugar à “qualidade nutricional”, categoria esta que não carrega toda a carga de “cuidado” que a primeira possui. É sintomático como a quantidade de pratos em que a fritura é presente vai decaindo conforme as edições se tornam mais recentes, justamente no âmbito da defesa de uma alimentação mais saudável do ponto de vista nutricional, como destacado acima.

Outro aspecto não menos importante diz respeito à 3ª edição, mais especificamente a seção “Alimentação da Primeira Infância”. A maternidade aqui é definida como um “sublime encargo”.<sup>78</sup> Ou seja, o livro está em consonância com a concepção de que há uma espécie de “glamour” mas também imperativo de que uma mulher torne-se mãe de modo a conseguir completar sua “vocação”, fato este evidenciado na afirmação de que o filho deve ser cuidado com “fervorosa devoção”.<sup>79</sup> Isto é, não basta a mãe dedicar seu tempo e atenção aos filhos, mas deve fazê-lo com toda a “devoção” que tal nobre atividade demanda. E naturalmente, tal encargo deve-se exclusivamente à mulher, não sendo o pai relacionado para o cuidado da criança em momento algum:

“A criança exige cuidados especiais e as mães não devem em caso algum, deixar de atender, com fervorosa devoção, ao sublime encargo da maternidade”.<sup>80</sup>

### **Por quê Dona Benta?**

Sendo Monteiro Lobato um dos fundadores da CIA Editora Nacional e autor do Sítio do Pica-Pau Amarelo, que tinha entre seus personagens mais famosos uma senhora batizada de Dona Benta, é simbólico o batismo do livro de receitas com este nome. Entretanto a pergunta que permanece é “Por quê não Tia Nastácia?” A edição de 2013 da obra, apesar de na introdução fazer esta “correção”, não dá motivos de o porquê Dona Benta ter se afamado pela obra ao invés de Tia Nastácia, que segundo a narrativa literária de Lobato, é quem é famosa por executar os deliciosos pratos no Sítio. Por quê escolher Dona Benta? Esta pergunta nos leva novamente a pensar no projeto da obra, em seu público-alvo.

A obra de Elisângela Silva Dias (2011) traça o perfil de Tia Nastácia e Dona Benta pela análise de obras de Monteiro Lobato. Tia Nastácia é uma mulher que figura como representante

---

<sup>78</sup> *Dona Benta*, 1943. p. 494.

<sup>79</sup> *Idem*.

<sup>80</sup> *Idem*.

do saber popular, que transparece a falta de instrução formal, uma “criada” cheia de credices, que possui assombro frente às novas tecnologias e ao progresso da ciência, não fala o português corretamente e principalmente é uma mulher negra. Muito se tem discutido a respeito do tema do racismo na produção literária de Monteiro Lobato. Se como pensador político, seu projeto de construção da Nação abrangeria ou não a construção de um futuro com protagonismo também da população negra, Santos (2011) acredita que nas primeiras obras os personagens são isolados desse projeto pelo modo em que aparecem na narrativa: sempre em segundo plano e com tratamento paternalista e tendo o valor de seus saberes em segundo plano. A cozinheira do Sítio só é “redimida” de sua subalternidade em livros posteriores, como em *A Reforma da Natureza*. Já Dona Benta é um mulher idosa, experiente e retratada como a portadora do saber ilustrado e de um ótimo didatismo, que administra muito bem seu sítio e cuida de seus netos com carinho e sabedoria da mulher branca de “boa” origem.<sup>81</sup> Um ideal desejável às mulheres à época. Suas qualidades contrastam com as de Tia Nastácia, uma cozinheira de provável ascendência escrava.

No pós-abolição e República, a *intelligentsia* brasileira debate acerca do futuro da nação, e a população negra torna-se um impasse ao progresso nacional. O resultado desse impasse é a criação de políticas visando o “branqueamento” da população e legislação relativa à imigração.<sup>82</sup> De maneira análoga nas obras de Lobato, portanto, Tia Nastácia seria um impasse ao progresso. A ausência da população feminina negra na publicidade veiculada é justificada pelo projeto de livro que se pretende construir, ou seja, prático, moderno e didático, projeto que não enquadra Tia Nastácia. Já Dona Benta, se alia aos ideais do público alvo da obra:

O conhecimento técnico e a aspiração pela modernização, como podemos notar por meio da narrativa, são aspectos que aparecem vinculados aos proprietários do sítio, Dona Benta e seus netos, que lutam por progresso, por indústria, por “aburguesamento” dos hábitos etc. Já Tia Nastácia viveria sob uma “imobilidade ficcional”, a qual a coloca sempre com ares de espanto ante as tecnologias que lhe são apresentadas.<sup>83</sup>

Dona Benta combina os ideais burgueses de progresso e erudição. Ela torna-se o ideal de mulher, pois é branca, educada, domina o conhecimento das técnicas culinárias, é uma boa

---

<sup>81</sup> SANTOS, Elisângela da Silva. Monteiro Lobato e seis personagens em busca da nação. São Paulo: Editora Unesp, 2011. p. 135.

<sup>82</sup> SCHWARCZ, L. M. Nem preto nem branco, muito pelo contrário: cor e raça na intimidade. In: . (Dir.) História da vida privada no Brasil: contrastes da intimidade contemporânea. São Paulo: Cia. das Letras, 1998. v.4.

<sup>83</sup> SANTOS, Elisângela da Silva. op. cit. p. 140.

administradora do Sítio onde vive, cuida das crianças e ainda é uma mulher experiente. A figura de avó também é perfeita para lhe dar autoridade. Mesmo nas edições mais atuais, a figura de uma idosa remete à um saudosismo dos “pratos de avó”, confeccionados pratos deliciosos para o mimo das crianças.

Não à toa os jornalistas, ao falarem de outros livros tradicionais, os comparem à ‘‘uma espécie de *Dona Benta*’’, como a matéria de O Estado de São Paulo de 11 de abril de 1990, em que como comparativo de tradição, se refere à “uma espécie de *Dona Benta* inglesa”<sup>84</sup>

Como um livro de receitas que sobreviveu durante muitos anos, é interessante observar possíveis modificações em sua apresentação:

Figura 3 – Capa do *Dona Benta* de 1963



Fonte: *Dona Benta: Comer Bem*, 49ª edição (1963)

---

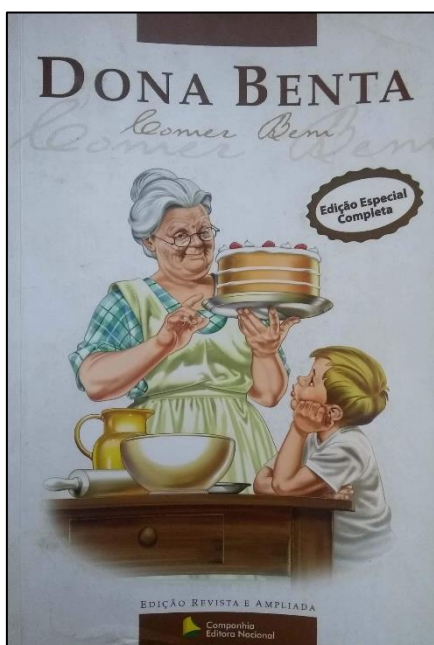
<sup>84</sup> Ver anexo A.

Figura 4 - Capa do *Dona Benta* de 1990



Fonte: Dona Benta: Comer Bem, 66ª edição (1990)

Figura 5 - Capa do *Dona Benta* de 2013



Fonte: Dona Benta: Comer Bem, 77ª edição (2013)

Comparando as capas das três edições, é possível verificar que o projeto gráfico para a mesma quase não mudou. A composição gráfica da capa permaneceu praticamente inalterada com o passar dos anos - por exceção da figura do bolo, que parece mais “saudável” devido à

retirada do excesso de cobertura, a figura de uma senhora sendo admirada ao preparar um bolo se torna conveniente também para as propagandas de anos seguintes que fortalecem a ideia de tradição propagada pela obra, além da herança de avós cozinheiras. Infelizmente, não foi possível obter o exemplar de 1943 com a capa original, devido às condições da obra, pois ela já havia sido encadernada.

Cardoso nos alertou para as dificuldades de pesquisar escritos culinários. Entre suas dificuldades está a facilidade de degradação dos livros, que por estarem constantemente no ambiente da cozinha, “altamente perecíveis”, “de modo que encontrá-los como registros de uma civilização antiga ou mesmo atual é quase tão difícil como conseguir preparar com exatidão qualquer uma de suas receitas”.<sup>85</sup>

---

<sup>85</sup> CARDOSO, Sergio. op. cit. p. 29.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obra carrega o mesmo formato e abordagem durante grande parte do período de edições. O conteúdo sofreu poucas alterações, vemos que o público-alvo durante muito tempo permanece sugerido como feminino, com um perfil específico da dona de casa idealizada, com a mulher sob a inteira responsabilidade sobre alimentação e saúde dos demais, e educação dos filhos. Há mudanças concretas de abordagem em relação ao gênero apenas nos anos 2000.

Nas últimas décadas do século XX temos as mulheres avançando no mercado de trabalho e nos estudos, porém, ainda são elas as maiores responsáveis pelo preparo da alimentação nos lares brasileiros, mantendo em muitos casos jornadas triplas de trabalho. Por isso, apesar das mudanças de perfil de público almejado, expandindo a noção de público, com novas formações de lar, como por exemplo o composto de uma única pessoa, e, retirando o direcionamento para um único gênero - mais especificamente da posição da dona-de-casa - vemos que diminuiu-se a ideia de que cozinha no âmbito privado é só para mulheres. No entanto, elas ainda continuam sendo as mais prováveis consumidoras das receitas e as mais responsáveis pelas atividades do lar e do cuidado com a família. Então não se pode crer que o Dona Benta estivesse tão descompassado em relação ao papel das mulheres por muitos anos, pois apesar dos progressos obtidos junto à sociedade brasileira na discussão do feminino no espaço privado, ainda são atribuídas as funções primordiais de manutenção do lar também às mulheres no século XXI.

Interessante pensar que apesar de todo o progresso social dos séculos XX e XXI, vemos um retorno à mentalidades das “qualidades” de uma mulher no lar, com o surgimento de estabelecimentos educacionais como a Escola de Princesas,<sup>86</sup> em que processos de ensinar meninas a se portar, maquiar e cozinhar são tidos como formação desejada. A ideia da mulher com “natural” disposição ao lar ainda está longe de ser dissolvida por uma parcela de nossa sociedade.

Dona Benta é uma obra que ainda pode ser explorada como fonte por muitos caminhos, como pela história do gosto, do processo editorial da composição e formação do repertório das receitas reunidas, enfim, por uma infinidade de temas, que ainda estão longe de serem esgotados, assim como o viés do gênero para a análise da história da alimentação no Brasil.

---

<sup>86</sup><https://emails.estadao.com.br/noticias/comportamento/escola-de-princesas-ensina-etiqueta-culinaria-e-organizacao-de-casa-a-meninas-de-4-a-15-anos,10000081544>. Acesso em: 26/10/2018.



É interessante pensar que a industrialização ajudou a diminuir o “fardo da mulher” na cozinha, deu-lhe certa independência para a realização de outras atividades que pudessem lhe apetecer e ajudar a obter conquistas significativas em outras áreas da vida. Porém, apesar da pequena independência, ela não livrou a mulher do ônus de cozinhar para a família. Não obstante as facilidades criadas por refeições semi-prontas, congelados e o crescente comércio do ramo da alimentação, nem todas as famílias possuem poder aquisitivo para a compra de alimentos prontos, congelados ou mais saudáveis. Devido à incorporação pela indústria e agricultura de conservantes, pesticidas e alimentos sintéticos sem valor nutricional, cozinhar ainda significa comer melhor e gastar menos. E para quem tem o poder de escolher cozinhar, isso também significa um prazer. Por isso, os livros de receitas ainda permanecem.

Há quem pregue também que devemos retomar os modos de cozinhar “do zero”, comendo com mais calma e cozinhando com alimentos mais naturais. Alguns diriam “como nos tempos de Dona Benta”, mas como é possível em nossa atual sociedade? Praticidade e rapidez são palavras cada vez mais importantes.

Vale também apontar que o estudo da alimentação e sociedade nos livros de receitas e dos livros de culinária atuais, também são de extrema importância, já que podem nos mostrar muitos reflexos de nossa sociedade. Ainda como o Dona Benta permite.

## REFERÊNCIAS

- ABRAHÃO, F. A. et al. (org.). Delícias das sinhas: história e receitas culinárias da segunda metade do séc. XIX e início do século XX. Campinas: CMU-UNICAMP, Arte Escrita, 2007.
- ALMEIDA, Jane Soares de. Mulheres no cotidiano: educação e regras de civilidade (1920/1950). Dimensões: Revista de História da UFES, Vitória, v. 1, n. 33, p.336-359, 2014. Anual. Disponível em: <http://www.periodicos.ufes.br/dimensoes/article/view/9109/6415>. Acesso em: 20 ago. 2018.
- BRILLAT-SAVARIN, J. A. A fisiologia do gosto. São Paulo: Companhia das Letras, 1995.
- BRUIT, H. “As páginas do sabor”. Revista Nossa História, n. 29, ano 3, mar. 2006.
- \_\_\_\_\_. “Apontamentos para uma história da gastronomia no Brasil: cadernos de receitas”. Sarão: Memória e Vida Cultural de Campinas, v. 1, n. 12, set. 2003.s Letras, v. 3, 2008.
- CARDOSO, Sérgio Roberto. Pitadas de africanidades: culinária afro-brasileira nos livros de receitas no século XX. Dissertação (Mestrado em Filosofia). São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo, Universidade de São Paulo. 2013.
- CARNEIRO, Henrique S., Comida e sociedade. Uma história da alimentação, Rio de Janeiro, Campus, 2003.
- CARVALHO, Vânia Carneiro de. Gênero e artefato: o sistema doméstico na perspectiva da cultura material (São Paulo, 1870-1920). São Paulo: Edusp; Fapesp, 2008.
- CASCUDO, Luis da Câmara, História da Alimentação no Brasil: pesquisa e notas, Belo Horizonte, Itatiaia, 1983.
- DEMETERCO, S. M. S. Doces lembranças: cadernos de receitas e comensalidade: Curitiba: 1900-1950. Dissertação (Mestrado em História do Brasil). Curitiba: Universidade Federal do Paraná, 1998.
- DONA BENTA. Comer Bem: 1001 receitas de bons pratos. 3. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1943.
- \_\_\_\_\_. Comer Bem: 1001 receitas de bons pratos. 49. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1963.
- \_\_\_\_\_. Comer Bem: 1001 receitas de bons pratos. 66. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1990.
- \_\_\_\_\_. Comer Bem. 77. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2013.
- FLANDRIN & MONTANARI, História da Alimentação, São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

GARCIA, T. E. M. . A Educação na construção de gênero. In: I Congresso Brasileiro de História da Educação, 2000, Rio de Janeiro. Anais do I Congresso Brasileiro de História da Educação. Rio de Janeiro: UFRJ/Sociedade Brasileira de História da Educação, 2000. p. 145-146.

GOMES, L. G.; BARBOSA, L. Culinária de papel. Estudos Históricos: Alimentação. Rio de Janeiro: CEPEDOC de História Contemporânea do Brasil, FGV, n. 33, jan.-jun. 2004

LIMA, Tania Andrade. Chá e simpatia: uma estratégia de gênero no Rio de Janeiro oitocentista. An. mus. paul. [online]. 1997, vol.5, n.1, pp.93-129.

MALUF, Marina; MOTT, Maria Lucia. Recônditos do mundo feminino. IN: NOVAIS, Fernando; SEVCENKO, Nicolau. História da vida privada no Brasil, vol 3. República: da belle époque a era do rádio, 1998

MENESES, Ulpiano T. Bezerra; e CARNEIRO, Henrique, “A história da alimentação: balizas historiográficas”, Anais do Museu Paulista: História e Cultura Material, Nova Série, Vol.5, jan/dez 1997, pp.9-92.

MONDINI, Lenise e MONTEIRO, Carlos A. "Mudanças no padrão de alimentação da população urbana brasileira (1962-1988)". Revista de Saúde Pública, 28(6):433-439, dez. 1994.

MONTELEONE, J. M.. Por uma história dos livros de receitas e tratados de cozinhas. Brasileira USP. Disponível em: [www.brasiliana.usp.br/node/771](http://www.brasiliana.usp.br/node/771). Acesso em: 16 dez. 2011.

PINTO E SILVA, P. Papagaio cozido com arroz. Livros de cozinha e receitas culinárias no Rio de Janeiro do século XIX. Tese (Doutorado em Antropologia Social). São Paulo: Universidade de São Paulo, 2007.

PRIORE, Mary del (org.) História das mulheres no Brasil. 7ª ed., São Paulo: Contexto; Ed. da Unesp, 2004.

REVISTA Estudos Históricos, 33, jan./jun.2004

RODRIGUES, Domingos. Arte de cozinha. Rio de Janeiro: Senac, 2008.

RODRIGUES, Jaime. Alimentação, vida material e privacidade: uma história social de trabalhadores em São Paulo nas décadas de 1920 a 1960. 1ª. ed. São Paulo: Alameda, 2011. v. 1. 233p .

RODRIGUES, Jaime. "Por uma história da alimentação na cidade de São Paulo (décadas de 1920 a 1950)". Revista de Estudios Sociales [Bogotá], 33:118-128, 2009.

RODRIGUES, Jaime; MIRANDA, M. E. ; TOLEDO, M. R. A. . O acervo da Companhia Editora Nacional: negociação, organização e potencial para a pesquisa histórica. Revista de Fontes, v. 3, p. 61-69, 2015.

RODRIGUES, Rosane Nunes. Educação doméstica e a produção de imagens femininas (DF - 1920-30). In: I Congresso da SBHE, 2000, Rio de Janeiro. Anais Educação no Brasil: história e historiografia. Disponível em:

[http://www.sbhe.org.br/novo/congressos/cbhe1/anais/138\\_roseane.pdf](http://www.sbhe.org.br/novo/congressos/cbhe1/anais/138_roseane.pdf). Acesso em: 02.set.2018

SCHWARCZ, L. M. Nem preto nem branco, muito pelo contrário: cor e raça na intimidade. In: . (Dir.) História da vida privada no Brasil: contrastes da intimidade contemporânea. São Paulo: Cia. das Letras, 1998. v.4.

SANTOS, Elisângela da Silva. Monteiro Lobato e seis personagens em busca da nação. São Paulo: Editora Unesp, 2011. ISBN 9788539301690. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/113693?show=full>. Acesso em: 01.ago.2018

SCHWARCZ, L. M. Nem preto nem branco, muito pelo contrário: cor e raça na intimidade. In: . (Dir.) História da vida privada no Brasil: contrastes da intimidade contemporânea. São Paulo: Cia. das Letras, 1998. v.4.

SILVA, João Luiz Máximo da. Transformações no espaço doméstico: O fogão a gás e a cozinha paulistana, 1870-1930. Anais do Museu Paulista, v. 15, p. 197-220, 2007.

SIMÕES, Renata da Silva. Dona Benta: comer bem: uma fonte para a história da alimentação (1940-2003). Dissertação (Mestrado em História Social). São Paulo: Paulo Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo. 2008.

VELOSO, A. C. S. Dona Benta e Tia Nastácia. Representações de mulheres nos anos de 1920-1930. In: IX Seminário Nacional de Estudos e Pesquisas História, Sociedade e Educação no Brasil, 2012, João Pessoa. Anais do IX Seminário Nacional História da Educação Brasileira: experiências e peculiaridades. João Pessoa: HISTEDBR, 2012.

## ANEXO A -

Documentos da Companhia Editora Nacional contidos no nomeado "Dossiê Dona Benta"

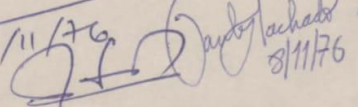
Dr. EzioREF: Abacaxi em calda.

Este pedido urgente\* de reedição (reimpressão) de nosso best seller chegou só agora, em princípio de novembro. Constattei necessidade de atualização ortográfica (raspagem de acentos no ~~verso~~ dos filmes), trabalho relativamente lento e que, portanto, impossibilitaria a saída do livro para a época das festas de fim de ano, conforme quer o DECOM. Depois constatei que a atualização ortográfica foi feita (conforme recibos em anexo), ou melhor, foi indicada pela revisão, mas não executada ou talvez executada parcial e precariamente pela gráfica. À parte essas mazelas passadas, o que há de concreto é a solicitação-sugestão do DECOM e do DEPRO para se deixar esse acerto para a próxima reimpressão. Ficariamos, assim, com 30 mil exemplares "ilegais", do ponto de vista ortográfico. Arriscamos? Grato,

\* Para dezembro!

OK.

9/11/76


 9/11/76

# Companhia Editora Nacional

Rua dos Gusmões, 639 - Caixa 2734 - São Paulo

## DIRETORES:

Octalles Marcondes Ferrelra

Themistocles Marcondes Ferrelra

End. Telegráfico: "EDITORA" - Telefones:

4-57-21: Diretoria  
4-57-36: Contabilidade, Caixa e Gerência  
4-29-38: Departamento de Propaganda e Revisão  
4-89-38: Depósito (Pedidos)

## Memorandum

ROSTO DE DONA BENTA  
(SORRINDO)

PELA BOCA MORRE O PEIXE!

Siga as receitas do "COMER BEM" e verá que seu  
marido nunca mais "irá jantar fóra". Dona Benta lhe  
ensinará o segredo dos pratos perfeitos!

PRATOS

PRATOS

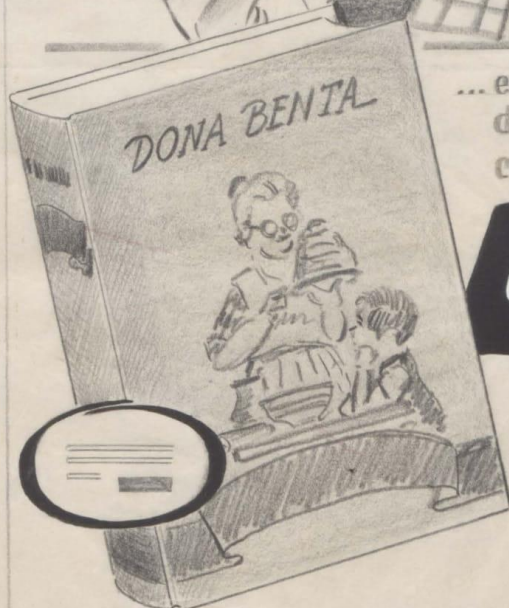
PRATOS

PRATOS

DESENHO DO LIVRO



*Economia!  
Facilidade!  
Sucesso!*



... eis o que as senhoras  
donas de casa  
conseguirão com o livro

**COMER BEM**



O LIVRO QUE VALE POR UMA BIBLIOTECA  
DE ARTE CULINARIA!

EDIÇÕES DA

COMPANHIA EDITORA NACIONAL

*Venda em todas as livrarias do Brasil*

*O.K. [Signature]*